

### 3. 健康状態の把握



次に、健康状態の把握について説明します。

## 健康状態の把握

### ● 子どもは、一人一人障害や病態が違うことを理解する

担当する子どもの障害や病気の状態は、一人一人異なります。自宅等での生活や学校での教育又は訪問教育を受けながら、一人一人違うペースで発達しています。

たとえ精神・身体機能障害が重度であったり、さらに障害が進行しつつあったとしても、子どもとご家族にとって、家族と離れて学校生活を送れることは、成長発達の上で非常に重要な点です。

まずはじめに、私たちは、担当する子ども一人一人の障害や病態が違うことを理解する必要があります。

担当する子どもの障害や病気の状態は、一人一人異なります。自宅等での生活や学校での教育又は訪問教育を受けながら、一人一人違うペースで発達しています。

たとえ精神・身体機能障害が重度であったり、さらに障害が進行しつつあったとしても、子どもとご家族にとって、家族と離れて学校生活を送れることは、成長発達の上で非常に重要なことです。

## 重度障害児の障害・疾病についての理解

### ● 子どもの日常の精神・身体的な「平常状態」を理解する

私たちは、医療者やご家族から、子どもの障害・病気について、十分な説明を受け、子どもの日頃の精神・身体的な「平常状態」を知る必要があります。

そのことによって、子どもが「平常状態」にあるかどうかを判断でき、子どもが「平常状態」を保ちながら、元気に学校生活を送ることを支援していくことが可能となります。

私たちは、はじめに医療者やご家族から、子どもの障害・病気について、十分な説明を受け、子どもの日頃の精神・身体的な「平常状態」を知る必要があります。

そのことによって、子どもが「平常状態」にあるかどうかを判断でき、子どもが「平常状態」を保ちながら、元気に学校生活を送ることを支援していくことが可能となるからです。

## 全身状態の観察とバイタルサインの測定

### ● 観察する項目：

活気・元気・表情、顔色

意識状態：声かけや各種刺激に、いつもと同じように反応するか。

皮膚の張りや色、爪の色、発汗やチアノーゼの有無、

嘔吐・腹痛・腹部膨満・便秘・下痢等の腹部症状、

喘鳴・努力呼吸などの呼吸症状、

気管切開孔からのたんの漏れ、たんの量や性状

胃ろう周囲からの栄養剤の漏れ、

筋緊張の程度、てんかん発作の様子など

### ● バイタルサイン(生命徴候)の測定：

脈拍、呼吸、体温

それでは、子どもが「平常な状態」にあるかどうかを判断するには、何に注意すればよいでしょうか？

1つめの観察項目としては、顔色や様子がいつもと変わらないかどうか、いつもと同じような活気や元気さがあるかどうかを確認します。これには、声かけや各種刺激に、いつもと同じように反応されるかどうかの意識状態の確認も含まれます。次に、皮膚の張りや色、爪の色、発汗やチアノーゼの有無、嘔吐・腹痛・腹部膨満・便秘・下痢等の腹部症状、喘鳴・努力呼吸などの呼吸症状、気管切開孔からのたんの漏れ、胃ろう周囲からの栄養剤の漏れ、筋緊張の程度(いつもより振り返っていたり、全身や体の一部に力が入りすぎていないかどうか)、てんかん発作の様子などが挙げられます。

また生命徴候としてのバイタルサイン、つまり脈拍、呼吸、体温等の測定は、客観的な指標になるでしょう。また、障害や病気の状態によっては、パルスオキシメータによる血中酸素飽和度の測定も有効な指標となります。

ただし、これらの様子は常に子どもの平常状態との比較が大切です。これらの観察によって、たんの吸引や経管栄養等の医療行為を行ってよいかどうか、行為を中断した方がよいか、家族や医療者に緊急連絡を取った方がよいかなど、判断することが出来ます。

#### ◆チアノーゼ

酸素と結びついていない赤血球中のヘモグロビンが増加した時に、口唇、舌などが紫色になること。酸素飽和度が70～85%でチアノーゼを時に認め、70%以下では確実に認める。

#### ◆努力呼吸

鼻翼呼吸・下顎呼吸、また呼吸をする時に胸骨上部や肋骨下が陥没する様子

#### ◆鼻翼呼吸・下顎呼吸

鼻翼呼吸は息を吸う時に鼻孔を拡大させ、下顎呼吸は息を吸う時に下顎を下げる。どちらも、息を多く吸い込もうとする努力呼吸のひとつ。

## 脈拍の測定

- 聴診しなくても、パルスオキシメーターの表示で知ることができます。

正常値は年齢によって変化

成人：60～80回／分

思春期：70～80回／分

学童時：80～90回／分

乳児：120前後回／分

新生児：130～140回／分

- 運動や食事、泣く、興奮等によって増加。
- 普段の脈拍の変動幅と異なるかどうか重要。

バイタルサインのうち、まず初めに、脈拍をみてみましょう。医療者は、小児の場合は聴診で心音を聞いて脈の速さ、不正の有無等を判断します。

皆さんは、聴診をしなくても、最近ではパルスオキシメーターの表示で脈拍を知ることが出来ます。

正常値は、お示したように年齢によって非常に異なり、低年齢になるほど多くなっています。

また脈拍数は、運動や食事、泣く、興奮等によって増加します。

みなさんは、担当する子どもの普段の脈拍の変動幅を知っておくと、その時点でその幅を越えて異常かどうかを判断することが出来ます。

## 呼吸状態の把握(1)

- 呼吸とは：内呼吸と外呼吸がありますが、一般的には外呼吸、すなわち肺の伸縮によって、外気を体内に導き酸素を取り入れ、二酸化炭素を排出する運動を指します。
- 正常値は年齢によって変化  
成人：16～20回／分  
学童：20～25回／分  
幼児：20～35回／分(胸式呼吸)  
乳児：30～40回／分(腹式呼吸)
- 日頃の呼吸数の変動を知っておき、通常と異なる場合は、注意が必要。

呼吸状態については、別の時間に説明しますので、詳細を省きます。

呼吸数の正常値は年齢によって変化しますし、個人によって異なります。日頃の呼吸数の変動を知っておき、通常と異なる場合は、注意が必要です。

## 呼吸状態の把握(2)

●呼吸をする時に苦しそう、音がする(喘鳴がある)、息が止まっているなども異常なことです、日頃の通常の状態でも認められる子どももいるので、日頃の様子との比較が重要です。

●パルスオキシメーター(酸素飽和度を計測します)で90%以上であれば、ほぼ酸素の取り込みは正常ですが、この器械では二酸化炭素の排出状態は、わかりません。

●日頃の酸素飽和度も一人一人違います。日頃の酸素飽和度の変動範囲を知っておき、比較することが重要。

呼吸をする時に苦しそう、音がする(喘鳴)、息が止まっているなども異常なことです、日頃から認める子どももいますので、やはり日頃の様子との比較が重要です。

最近在宅でも普及しているパルスオキシメーターは酸素の取り込みの把握の上で非常に有用です。90%以下の表示は、一般的には絶対的に異常ですが、日頃から酸素飽和度が低い子どももいるので絶対値より、普段の値より低いかどうか重要です。日頃の酸素飽和度も一人一人違うので、日頃の酸素飽和度の変動範囲を知っておき、比較することが重要です。

これらまたこの器械では酸素の状態しかわからず、呼吸がうまくできない筋ジストロフィーや脊髄性筋萎縮症のような神経筋疾患では、酸素飽和度が正常でも、二酸化炭素が排出できず、血液の中にたまっている状態は、わかりません。

### ◆パルスオキシメーター

酸化ヘモグロビンと還元ヘモグロビンの、2つの波長の光(赤色光と赤外光)に対する吸収の差から、動脈血中の酸素結合度を測定する装置。手の指や足の趾にセンサーを装着して計測します。動脈血中のヘモグロビンと結合した酸素量の、その血液の酸素容量全体に対する百分率を、酸素飽和度といい%であらわします。

## 体温の測定

- 正常値：  
成人で36～37℃(腋窩、脇の下のこと)。  
直腸は、腋窩より0.5℃高く、口腔は両者の中間  
小児では成人より高めで、37.5℃までは正常範囲と判断してよい場合もあります。
- 体温も個人差がある。また、泣いていたり、食事後など、体を使った後は体温が高くなることもある。日頃の体温の変動との比較が重要です。
- 障害や病気のある子どもは、環境温度に体温が左右されやすく、寒いときは36℃以下の低体温に、熱いときは体温上昇に注意をする必要がある。室温、掛け物調節等をする必要があります。

体温の測定も、自動体温計の普及によって測定が簡単になりました。

正常値は、成人の脇の下で測ると、36～37℃程度です。直腸で測る体温は、腋窩より0.5℃高く、口腔は両者の中間といわれています。小児では成人より高めで、37.5℃までは正常範囲と判断してよい場合もあります。

体温も個人差があります。また、泣いていたり、食事後など、体を使った後は体温が高くなることがあります。日頃の体温の変動との比較が重要です。

また、障害のある子どもは、環境温度に体温が左右されやすく、寒いときは36℃以下の低体温に、熱いときは体温上昇に注意をする必要があります。室温、掛け物調節等をする必要があります。




## こんな時熱を測る

ガタガタ震えている  
顔が赤い  
顔色が悪い(蒼白、紫)  
身体が熱い  
息が速い  
脈が速い  
元気がない  
食欲がない

熱は、このようなときに測ります。

つまり、子どもが、ガタガタ震えている時、顔が赤い時、顔色が悪い(蒼白、紫)時、身体が熱い時、息が速い時、脈が速い時、元気がない時、食欲がない時などです。

なお、熱が高いからすぐにウイルスや細菌などによる感染症による発熱を起こしているとは限りません。たとえば、熱中症のように感染症でなくても体温調整が出来なくて体温が上昇する、高体温という状態もあるからです。

- 
- これらの全身状態、意識、バイタルサイン等に、いつもと違う異変が認められた場合は、医療的ケアの前後、最中にかかわらず、家族や医療者に連絡し、指示を仰ぐことが重要。
  - また、軽微な変化であっても記録にとどめ、次回の行為を工夫する際の参考にすることが重要。

これらの全身状態、意識、バイタルサイン等に、いつもと違う異変が認められた場合は、医療行為の前後、最中にかかわらず、家族や医療者に連絡し、指示を仰ぐことが重要です。

また、軽微な変化であっても記録にとどめ、次回の行為を工夫する際の参考にすることも重要です。